



## ALLERTA FUNGHI: I RISCHI DI ESSERE UN “FUNGIATT”

È da poco iniziata la stagione di raccolta dei funghi e SITOX (Società Italiana di Tossicologia) e CNSAS (Corpo Nazionale Soccorso Alpino e Speleologico) lanciano insieme l'allerta affinché l'entusiasmo non offuschi la necessaria prudenza. Se in questi giorni si digita la parola “fungiatt” (cercatore di funghi, fungaiolo) su qualsiasi motore di ricerca, quello che appare sembra un bollettino di guerra con decine di dispersi, feriti e morti. E tra non molto, alle incaute vittime del bosco si aggiungeranno le vittime della tavola, intossicati che chiederanno assistenza medica dopo aver consumato l'agognato bottino.

### I rischi che si corrono nel bosco

La ricerca dei funghi è una passione meravigliosa che avvicina le persone all'ambiente naturale non disdegnando altri aspetti, quelli culinari, ad esempio, altrettanto gratificanti. Parlare di funghi significa parlare di bosco, spesso di montagna e quindi di terreno difficoltoso; alcuni boschi assumono poi i requisiti propri dell'ambiente ostile. Un bosco impervio può sottoporre il cercatore a notevoli ostacoli di marcia considerando che, di regola, vengono abbandonati i sentieri più comodi per addentrarsi verso zone meno battute e più propizie alla raccolta. Il CNSAS (Corpo Nazionale Soccorso Alpino e Speleologico; risorsa tecnica del Sistema Sanitario di Urgenza ed Emergenza 118) registra ogni anno diverse centinaia di interventi a favore di fungiatt in difficoltà; qualche decina risultano le vittime sull'intero territorio nazionale. Spesso, gli interventi di ricerca e soccorso ai fungiatt si dimostrano particolarmente difficili a partire dall'individuazione precisa della zona dove il fungiatt è disperso. La scivolata va considerata come il pericolo maggiore; non di rado vengono soccorse persone colte da malore, presumibilmente generato da eccessivo affaticamento. I consigli che si possono dare sono pochi, a volte banali ma comunque importanti. Va evitato l'uso di stivali di gomma, anche su terreni apparentemente poco impegnativi, a favore di un buon paio di scarponi da montagna. Spesso i cercatori di funghi si muovono da soli per mantenere segreti i luoghi di raccolta; va ricordato però che, in mancanza di compagni, un piccolo incidente può determinare situazioni difficili da controllare, ad esempio, una banale frattura può irreparabilmente obbligare all'immobilità ed alla conseguente impossibilità di chiamare soccorso. Utile può essere il cellulare anche se sono ancora frequenti le aree “in ombra” senza campo. Buona regola da non trascurare consiste nel comunicare a familiari o conoscenti il luogo ed il percorso che s'intende seguire, non variarlo, ed avvisare dell'avvenuto rientro. Solo così, in caso di mancato rientro dovuto ad infortunio od altro, ci sarà qualcuno che potrà dare l'allarme, attraverso il numero unico 112 (o 118), per attivare la ricerca del disperso. E se mai ci si smarrisce? Si può perdere il sentiero ma non bisogna mai perdere la testa facendosi prendere dal panico: meglio tornare sui propri passi. In caso di necessità un piccolo zaino ben organizzato sarà utile per far fronte a qualche imprevisto; un piccolo kit di pronto soccorso (cerotto, disinfettante, garza sterile e benda elastica), un coltello multiuso, un maglione, una giacca impermeabile ed antivento, un *telo termico* (foglio leggero di materiale plastico alluminizzato), una pila frontale, cibo e soprattutto bevande di ristoro. Con poco peso sulle spalle si è in grado di risolvere molti problemi. Così, con un po' di consapevolezza, la raccolta dei funghi potrà essere semplicemente una ludica (e gustosa) esperienza libera da rischi eccessivi.

## I rischi che si corrono a tavola

Ogni anno i medici dei Centri Antiveneni forniscono consulenza specialistica per migliaia di pazienti che accedono nei Pronto Soccorso di tutta Italia con sintomi di intossicazione dopo aver consumato funghi. Spesso si tratta di accessi di interi nuclei familiari o di intere tavolate di amici, tali da mettere in difficoltà l'organizzazione stessa degli ospedali. I funghi consumati comprendono sia specie commestibili che velenose. Nel primo caso si tratta di intossicazioni causate dall'ingestione di quantità eccessive (in particolare di porcini crudi), di funghi non adeguatamente cotti (chiodini) o preparati (laricini) oppure non in perfette condizioni. Non deve stupire che i pazienti con sintomi conseguenti all'ingestione di funghi commestibili possano arrivare a rappresentare quasi la metà della casistica annuale di un centro antiveneni. A preoccupare maggiormente sono tuttavia le intossicazioni causate dalla raccolta e dal consumo di funghi velenosi (centinaia di specie), che sono in grado di causare patologie gravi e talvolta letali. E non bisogna commettere l'errore di pensare solo all'*Amanita phalloides* (il fungo mortale più noto). Per l'ingestione di moltissime specie velenose sono spesso necessari molti giorni di ricovero, anche quando non si arriva al trapianto di fegato, alla dialisi o alla morte.

Non si tratta di fare allarmismo, ma di cercare di arginare un fenomeno assurdo che porta le persone a rischiare la propria vita o quella dei propri familiari o amici solo per gustare un piatto di funghi. E' incredibile come, anche vomitanti in pronto soccorso e piegati dai dolori addominali, le persone dichiarino ancora al medico di essere "fungaioli esperti".

Ovviamente il modo di consumare funghi in sicurezza esiste: raccogliere solo funghi di cui si è assolutamente certi della commestibilità e, nel dubbio, fare ispezionare il proprio raccolto presso gli ispettorati micologici presenti in ogni ASL; ricordare che non esistono metodi "casalinghi" per il riconoscimento di un fungo velenoso (una falsa credenza riguarda l'utilizzo di aglio, argento o prezzemolo che se anneriti o ingialliti dal contatto con il fungo rivelerebbero la sua tossicità); non fidarsi di un riconoscimento effettuato tramite un libro o addirittura una app (i funghi non sono fatti con lo stampino e specie commestibili e velenose possono essere molto simili); non consumare funghi in quantità abbondanti o in pasti ravvicinati. Inoltre donne in gravidanza, anziani e bambini piccoli dovrebbero astenersi dal consumo di funghi raccolti non controllati: lavanda gastrica e trattamenti invasivi in queste categorie possono risultare particolarmente rischiosi da effettuare.

Indipendentemente dall'intensità, dalla durata e da quando si manifestano i sintomi (subito o dopo alcune ore), se dopo aver mangiato funghi si sta male bisogna sempre recarsi al pronto soccorso, portando eventuali avanzi del pasto. Cercare di gestire la situazione a casa, assumendo farmaci per ridurre vomito e diarrea, può voler dire rischiare la vita.

Insomma il consiglio è: siate umili e "mangiate responsabilmente".

Sarah Vecchio - SITOX (Società Italiana di Tossicologia) e Centro Antiveneni di Pavia

Elio Guastalli - CNSAS (Corpo Nazionale Soccorso Alpino e Speleologico; progetto SICURI in MONTAGNA)